

Articolo tratto dal numero 7-marzo 2009- Anno II de <http://www.lascuolapossibile.it>

Sono arrabbiato: cosa mi sta succedendo?

Capire le emozioni

Attività Laboratoriali - di Melchiorre Antonia



Giovedì, giorno di laboratorio teatrale intergrato "Gabielli", prima dell'inizio dell'incontro, in una delle due quarte che partecipano al progetto, tre bambini sono coinvolti in una baruffa! Momento di trambusto, bambini che piangono, altri che discutono, ed anch'io presa dallo sconforto, **sono stata invasa dalla voglia di mollare e far saltare il laboratorio!** Per fortuna è durata poco ed ho proposto alle colleghe, con le quali condivido la conduzione del laboratorio insieme ad un esperto, di cogliere l'occasione per riprendere il significato del lavoro che stiamo facendo quest'anno. Premetto che la storia sulla quale lavoriamo con il regista e la scenografa è di Susanna Tamaro "Il Cerchio Magico", un libro che amo molto!

Così siamo scesi nell'aula dove ci incontriamo ogni lunedì e giovedì e abbiamo iniziato a riflettere sul testo e il significato soprattutto di alcuni passaggi.

Che tipo di luogo è il Cerchio Magico? Come possiamo rappresentare qualcosa che non conosciamo? Da qui siamo passati ad esplorare le emozioni che hanno portato i bambini al litigio.

Uno di loro è innamorato di una compagna (e non sto esagerando!!) ed un compagnetto l'ha fatto ingelosire!

A noi forse possono sembrare stupidaggini ma le emozioni che muovono questi sentimenti sono veramente forti...come le loro reazioni!

Sottovalutarle, reprimerle (considerandole atteggiamenti stupidi) e non rifletterci su, serve solo, secondo me, ad aumentare la pressione, come quella che si crea dentro una pentola sigillata!

Premesso con i bambini che l'atteggiamento aggressivo del compagno "geloso" non è da giustificare, **abbiamo però voluto scoprire quali sentimenti lo hanno condotto a quel gesto e quali erano gli stati d'animo degli altri bambini coinvolti.**

Così, a giro, ognuno di loro ha detto quali sono le situazioni che li fanno "arrabbiare" tanto e come si sentono, quali sentimenti provano! I bambini hanno chiesto anche a noi maestre di esprimerci: **non è stato facile esporsi**, ma sicuramente importante, per noi e per loro!

Così, piano piano, abbiamo aiutato i bambini a scoprire che dietro alla rabbia si nasconde un dolore! Capire questo predispone a perdonare e a calmare gli animi!

In questa discussione in cerchio ho visto bambini in genere "spenti" - nei quali temi che non ci siano emozioni- partecipare con interesse, ed è stato significativo per me intravedere quella luce!

C'è stato un momento in cui abbiamo dovuto far rappresentare dai bambini la situazione vissuta poco prima in classe, per far capire bene come si erano svolti i fatti (*spesso il bambino "geloso" è vissuto come "capro espiatorio" dai compagni ed è stato necessario che si "mettessero nei suoi panni" per capirlo!*).

Nonostante ne avessimo parlato, era chiaro che le emozioni erano ancora forti, ma vedevo nei loro visi comunque un po' più di chiarezza e meno rancore.

Così abbiamo pensato che, **dopo le parole, era importante far esprimere il corpo**: passare da una situazione di caos alla quiete, fino ad arrivare ad esprimere la fiducia. Per fare questo abbiamo utilizzato le musiche dello spettacolo.

Prima abbiamo messo una musica molto ritmata: la consegna era quella di lasciare che il loro corpo si esprimesse liberamente, senza urtare gli altri e senza urlare. Successivamente abbiamo messo una musica lenta: anche qui bisognava muoversi seguendo la musica e il suo ritmo, muovendo liberamente il proprio corpo, rispettando lo spazio dell'altro. Solo un bambino non è riuscito a passare da un ritmo veloce ad uno lento: il suo corpo si muoveva alla stessa velocità.

Il terzo esercizio è stato quello della "fiducia": sono state formate le coppie miste (cercando di non essere della stessa classe) e, a turno, chiudevano gli occhi e si facevano condurre dal compagno. Solo alcuni hanno avuto difficoltà ad abbandonarsi, per altri invece è stato molto piacevole! La consegna era quella di "avere cura" dell'altro, condurlo nella stanza proteggendolo dagli ostacoli.

I bambini sono stati entusiasti di questi esercizi, specie di quest'ultimo, tanto che ci hanno chiesto di ripeterlo al più presto!

Quando gli equilibri sono così fragili si procede lentamente ma è importante comunque farlo e non scoraggiarsi.

A volte capita di voler mollare, ed è umano, ma dobbiamo essere coscienti che i bambini hanno bisogno della nostra guida per orientarsi in quel marasma di emozioni che hanno dentro, ed è nostro compito aiutarli a trovare il capo di quel filo che va sbrogliato e "capito".

In fondo non quello che cerchiamo di fare ogni giorno dentro di noi?!

Antonia Melchiorre Docente di sostegno 196° Circolo Didattico Via Perazzi 46 - Roma